

Boîte à outils

Outil 3 Des exemples d'émotions

Outil 5 Le point de vue, les idées et les repères

Outil 9 Les moyens pour appuyer ses idées

Outil 3 Des exemples d'émotions

Pour dialoguer, il est important de reconnaître les **émotions** que tu ressens et celles ressenties par les autres.



Définitions

Émotion: C'est ce qu'on ressent de façon soudaine et temporaire face à une situation, face à une ou des personnes, etc.

Outil 5 Le point de vue, les idées et les repères

Un point de vue est construit à partir d'**idées** et s'appuie sur des **repères**.



Définitions

Point de vue: Ensemble d'idées liées entre elles pour répondre à une question ou pour prendre position face à une situation, à un événement, etc. Ces idées s'appuient sur différents repères.

Repère: C'est ce qui sert à soutenir une idée (expérience, observation personnelle, norme, étude scientifique, valeur, etc.)

Valeur: C'est ce qui est important pour quelqu'un ou pour un groupe (amitié, solidarité, respect de la nature, etc.). Une valeur peut servir à guider ou à évaluer un comportement.

Norme: Règle, loi ou attente d'un groupe.

Outil 9 Les moyens pour appuyer ses idées

Les **moyens pour appuyer tes idées** permettent d'exprimer ton point de vue et de bien te faire comprendre.

Devrait-on faire de l'activité physique tous les jours à l'école?



Donner des raisons

Je pense que oui, **parce que** ça fait du bien au corps et à la tête.



Formuler un désaccord

Je ne suis pas d'accord. On a suffisamment de cours d'éducation physique. Ce n'est pas tout le monde qui aime faire du sport.



Donner des exemples

Je suis d'accord. **Par exemple**, après les cours d'éducation physique, je suis plus reposée et plus concentrée en classe.



Distinguer

Je pense qu'il faut **faire la différence** entre l'activité physique et les cours d'éducation physique.



Définir

C'est vrai. **Si on définit** l'activité physique, on peut dire que c'est « bouger ». On peut faire de l'activité physique n'importe quand et n'importe où, pas seulement dans les cours d'éducation physique.



Faire des liens avec les idées des autres

Pour **faire un lien avec ton idée**, on peut bouger pendant la récréation et pendant la pause du midi si on en a envie !



Définitions

Moyen pour appuyer ses idées: Manière de soutenir ses idées pour enrichir le dialogue.